

zensor...

zensor 13 winter 2001





Blad Lotusvijver
Ieplaan 21
2565 LC DENHAAG
K

Lotusvijver





BESTE VRIENDEN VAN DE ZENSOR

De Zensor is er voor iedereen!

Alle Sanghaleden ontvangen de Zensor gratis.
Om de Zensor mogelijk te maken heeft het bestuur van de Kanzeon Amsterdam voor dit jaar een bedrag van f 1.500,- beschikbaar gesteld.
Omdat de nummers steeds dikker worden en we de Zensor per post aan circa 300 mensen doen toekomen, is het voor dit jaar niet mogelijk om vier nummers uit te geven; de kosten die daarmee gepaard gaan zijn hoger dan het bedrag dat er feitelijk voor staat.

Vorig jaar hebben we een flink bedrag aan donaties ontvangen van sanghaleden. In de eerste plaats daarvoor hartelijk dank. Wellicht is het mogelijk om dit jaar een vierde nummer mogelijk te maken met donaties. Sanghaleden èn ontvangers van de Zensor kunnen de Zensor steunen door vrijwillig een bijdrage te storten op gironummer 5169354
tnv. Kenter/Koppedraijer, onder vermelding van: Vriend(in) van de Zensor.

Naast of in plaats van donaties zijn er wellicht Sanghaleden die leuke en creatieve ideeën hebben om de Zensor goedkoper te maken. Zo is het denkbaar om de Zensor voor de Amsterdamse leden op de een of andere manier te bezorgen, dat scheelt porti. Of is iemand bereid hem zelf te kopiëren, zodat wij hem niet meer hoeven uit te besteden en dat scheelt ook geld. We hopen op leuke reacties.

Alvast bedankt.

Redaktioneel

2001 – Ano espléndido – **een fantasties jaar** wens ik iedereen toe. Het is al even begonnen, maar ik hoop dat het brengt wat we ervan verwachten en ook misschien wat we er niet van verwachten en ons zal verbazen.

Voor je ligt het winternummer van de Zensor en we zijn er gelukkig mee. Het feit dat deze Zensor later dan gepland in de brievenbus valt, heeft te maken met het recent overlijden van Leo Notteboom.

Leo is op zondagnacht, op 14 januari in zijn slaap gestorven. We zijn dankbaar dat we hem hebben gekend en mogen meemaken. In een aantal nummers geleden schreef Leo:

'Mijn ongebondenzijn in de zin van het hebben van een partner en kinderen laat de mogelijkheid open om zowel vader, moeder, broer, zuster, zoon en dochter te zijn. 'Alleen' heeft voor mij de betekenis van al(l)één'. Nico, Jules en Henk staan in dit nummer stil bij het overlijden van Leo.

De laatste nummers van de Zensor bevatten telkens een thema met betrekking tot onze zenpraktijk. Daardoor voelen steeds weer andere sanghaleden zich aangesproken en waardoor zeer diverse bijdragen worden geleverd. De opzet van de Zensor, n.l. een platform voor de Sangha Amsterdam lijkt daarmee te slagen.

Zen en maatschappelijke betrokkenheid is het thema van dit nummer en bevat boeiende reakties. Ook van Nico natuurlijk een erg mooi stuk, in een interview met Ben, over 'het leven wat we met elkaar delen en de kostbaarheid van het bestaan'.

Dit nummer is weer een vol en rijk blad geworden, dank daarvoor! en voor iedereen veel leesplezier.

Leo de Wolf

Aan zen kun je niets ontlenen

Nico over het thema: maatschappelijke betrokkenheid

Is maatschappelijke betrokkenheid een goed thema?

Ja, absoluut, het is een belangrijk thema waarover we het veel met elkaar moeten hebben. Het is ook een moeilijk thema. We moeten voorzichtig zijn aan onze beoefening en de ervaring die we daarbij opdoen, al te snel een verantwoord ethisch, sociaal en politiek gedrag te ontlenen. Zenbeoefening, contemplatie, is een beoefening die voorbij alle oordelen, kaders, patronen, gewoontes, opvattingen wil gaan. Je zet als het ware een stap buiten al onze normale ordeningen. Het gaat om iets dat niet afgebakend is, een ervaring waaruit een weten kan ontstaan dat ons leven rijk maakt. Maar daar volgt niet meteen uit dat zenbeoefenaars dus een specifieke maatschappelijk gedrag zouden moeten vertonen. De valkuil is de gedachte dat je omdat je zen beoefent, zou weten hoe het leven in elkaar steekt, weten wat voor het vaderland van belang is, weten wat goed en wat kwaad is, weten waaraan je mensen kunt houden.

Het kan de neiging tot oordeelsvorming en een specifieke eenzijdige kijk dus ook versterken?

Ja, het kan orthodoxie, conservatisme, fundamentalisme in de hand werken, als het ware zegenen. Vroeger zei men: we strijden voor het vaderland omdat God ons beschermt, nu loop je het gevaar te zeggen: omdat we zen beoefenen, weten we wat goed is voor volk en vaderland. Dan beroep je je op iets waarop je je niet kunt beroepen omdat daar niets aan te ontlenen valt. Van de andere kant betekent het niet dat zazenbeoefening en contemplatie neutraal zijn, alsof ons handelen er niet toe doet. Dat is ook niet waar.

Kun je zeggen dat je meer vanuit een zelfonderzoeksgebeuren in de samenleving staat?

Ja, de manier waarop wij op de samenleving betrokken dienen te zijn is allereerst onszelf te onderzoeken, te weten wie of wat we zijn en wellicht vanuit onze ervaring op het zenpad ons te laten inspireren voor ons handelen. In feite zo betrokken worden in ons eigen bestaan dat we uiterst voorzichtig worden met handelen en met het doen van uitspraken. Tastenderwijze door het leven gaan. Proberen te handelen en te spreken vanuit een grote gevoeligheid voor wat er met name in die samenleving gaande is. Oordelen suggereert dat je het nodige weet terwijl toch ons eerste inzicht is dat wij niet weten. Omdat we niet weten moeten we aandachtig en voorzichtig zijn, en voor ons zelf het goede te doen en het kwade te laten.

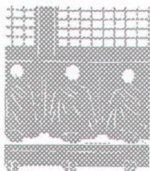
Wat kun je over maatschappelijke betrokkenheid in relatie tot het nieuwe donderdagochtend-programma zeggen?

Het is het thema voor de donderdagochtend, zen en ethiek. Het is een groot gebied, ik wil proberen met de deelnemers te onderzoeken wat de relatie is tussen zenbeoefening en ons persoonlijk en gezamenlijk gedrag. Er komen enkele koans aan bod die hierover gaan, die gaan over het weten dat alles wat ik doe gevolgen heeft, we kijken naar ethiek in het oude boeddhisme, er komen vragen aan de orde over compassie maar ook de donkere bladzijde uit de zengeschiedenis in WO II.

Het betreft de gevolgen van je daden, het minder lichtvaardig denken en doen?

Ook in zenonderricht kom je gedachten tegen als 'it doesn't matter', dat het niet uitmaakt of het goed of slecht met jou of de ander gaat. Dat is een andere valkuil. Dat 'het doet er niet toe' is makkelijk verkeerd op te vatten. Ik ben zelf geneigd te zeggen 'het doet er alles toe'. Met ons leven hebben we een ontzettend kostbaar iets in handen waar we verantwoordelijk voor zijn. Het is het leven dat we met elkaar delen, dat is individueel leven maar het leven in het gezin, de straat, de stad, de samenleving, wereld, dat ligt in onze handen, hoe kleinschalig onze handelingen mogen zijn. Het kennen van de kostbaarheid van het bestaan, dat inzicht, daar heb ik veel vertrouwen in, wellicht meer vertrouwen dan in het rationeel wikken en wegen wat goed en kwaad is en dat op anderen overdragen.

Schaaltje oliebollen



Onder 'betrokken' vind je in de Van Dale de volgende betekenissen: ergens mee belast zijn, bewolkt, somber, treurig, enigzins lijdend en geengageerd. Toevallig of niet hebben behalve bewolkt en geengageerd alle betekenissen te maken met lijden. Ook associerend met behulp van betekenissen uit de Van Dale zie ik een antwoord op de vraag hoe je een zenhouding in de maatschappij kunt uitdragen in mededogen: je betrokkenheid tonen door je in het lijden van een ander te verplaatsen of zelfs te proberen het te verzachten.

De volgende vraag is hoe je dit in de praktijk tot uitdrukking kunt brengen. Voorlopig probeer ik een liefhebbende houding tot uitdrukking laten komen door bijvoorbeeld mijn Marokkaanse buren op oudejaarsavond een schaaltje oliebollen te brengen. Verder probeer ik geduld te beoefenen als dezelfde Marokkaanse buurman voor de tweede keer in een week met zijn belastingnota bij mij aan komt zetten en de neiging meteen te roepen dat ik geen tijd heb te onderdrukken.

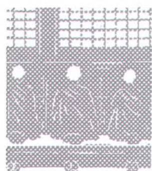
Zo loop ik vaak tegen de paradox aan dat ik mededogen eerst binnen mezelf moet ontwikkelen.
Als ik op zondagochtend kan uitslapen en een vrije dag in het vooruitzicht heb, lukt het soms om tot een diepere ontspanning te komen, mezelf los te laten en de ruimte waarin ook mededogen huist, te voelen of te onderzoeken. Ik voel dan dat het mogelijk is een mededogende houding te ontwikkelen vanuit deze ruimte en voel dat het allemaal in jezelf ligt.

Laura Advokaat.



Zen in Saint Engrâce.

***Allerzielen, november 2000.* De Zensor valt in de brievenbus. Blij ben ik ermee. De Sangha ver in het noorden die even de bergen aandoet. Het stormt om het huis en zoals zo vaak van binnen.**



In het lezen van de Zensor vind ik troost en bemoediging op mijn pad hier.

December 1993 ontmoette ik Genpo Sensei en een deel van de Shangha in Salt Lake City voor het eerst. Enige maanden later de Nederlandse groep in de Tiltenberg. In de periode daartussen had ik een auto-ongeluk, wat mijn leven even ingrijpend als de bovengenoemde ontmoeting zou veranderen. Zoekend hoe nu vorm te geven aan de rest van mijn bestaan, bezocht ik diverse malen Amerika, verliet zodra het kon mijn werk als leraar Spirituele Verloskunde en mijn studenten en vertrok na de verkoop van mijn huis, om een en ander te bekostigen, voor een jaar bezinning naar de bergen. Ik ben er gebleven en ga nu de derde winter in, knokkend met mijn invaliditeit. Ik leef hier sober, met slechts een haardvuur als verwarming, maar met alle tijd voor studie en bezinning. Nooit eerder had ik tijd mezelf zo onbarmhartig tegen te komen. Altijd was er wel iets of iemand die me bezig hield mezelf te ontlopen. Ik voel me als een ui die een voor een haar ringen verliest. Practice mijn houvast.
Het is hier net niet het einde van de wereld, maar vijf kilometer verderop wonen geen mensen meer, is er nog slechts de berg. Het huis wat ik huur ligt afgelegen, het is er stil. Zo nu en dan is er iemand uit Nederland die de rust en dit afgelegen bestaan enige weken wil delen. De bezoekers, elementen en seizoenen bepalen wat er gebeurd. De mensen hebben pas enige jaren een asfaltverbinding met het dal en leven op de grens van vroeger en de geautomatiseerde wereld die zijn intrede inmiddels heeft gedaan. Hun opvattingen doen me aan de jaren vijftig en mijn jeugd denken met vaste man-vrouwrolverdelingen en de plaats van de kerk en de priester in het geheel.

De jongeren verlaten het dal en vele boeren hebben geen vrouw gevonden en dus geen opvolging; het toerisme doet haar intrede.

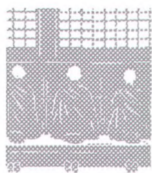


Ik leer van de buurman, die even oud is en nooit verder dan vijftig kilometer van zijn boerderij is geweest. De discipline van zijn bestaan met de koeien gaf hem een monnikenleven, waar hij op zijn manier gevonden heeft dat het leven compleet is en ons alles biedt wat we nodig hebben. Hij is als een rots in de branding en met al mijn intelectuele gedoe voel ik me een echte beginneling. 'Not two' denk ik steeds weer als mijn opvattingen de boventoon willen gaan voeren. En vol schaamte moet ik steeds weer mijn eigen egotripperij onder ogen zien in ons contact.
En ik leer van mijn Tai Chi leraar, die in al zijn zachte oprechtheid het boeddhisme beoefent.
De teaching van Estcheemah, de Zero Chief, opvolgend, dat er steeds nieuwe dingen te leren zijn in het leven, niets uitgezonderd, kun je mij dan ook vinden op een tractor of met een hooivork of uitgebreid in de keuken. Ik leer frans, spaans, basks (wat ik op sanskriet vind lijken in zijn vorm en sommige filosofiese opvattingen van de basken als de voortplanting zoals beschreven door de Tibetanen).
Samen met enkele mensen in Nederland en met behulp van e-mail, lees ik Genpo Sensei's boek 'The eye never sleeps, striking to the heart of Zen' dit jaar. We volgen de tekst van Sosan zin voor zin en berichten elkaar hierover en hoe we het in het dagelijks leven proberen vorm te geven. Het steunt me enorm iedere dag hierover contact te hebben en samen te zoeken daar ik nu eenmaal niet voor kluizenaar in de wieg gelegd ben. En soms is er gewoon even werk. Een supervisie of zoals laatst in Nederland een opdracht van een mulinational voor een bemiddeling en crisis-interventie, die het me mogelijk maakt hier weer voor een volgend half jaar te huren.

Waar/wat is de maatschappelijke betrokkenheid in dit geheel? Is een contemplatief leven maatschappelijk betrokken? Hoe zou het dat niet KUNNEN zijn? In onze onderlinge feitelijke verbondenheid lijkt het me dat alle leven op zijn eigen manier een maatschappelijke betrokkenheid uitdrukt. In de bergen of in de stad lijkt me geen verschil uit te maken. In mijn leven is het nu niet aan de orde nog langer heel actief en maatschappelijk zichtbaar in Nederland te functioneren, maar juist hier een plek voor contemplatie en retraite vorm te geven voor allen die de stad even achter zich willen laten en in direct contact met de natuur een ander aspect van hun bestaan ruimte bieden en aldus het leven van alle dag in Nederland opgeladen tegemoet te treden. Ik ben dankbaar voor de vele vormen die in mijn leven manifest mogen worden, voor de diversiteit aan ontmoetingen die mogelijk is nu mijn lichaam me weer een geheel nieuwe mogelijkheid aanbiedt. Ik ervaar mezelf als actief lid van de Kanzeon Sangha en groet jullie van harte.

Jikai.

'Ik' en maatschappelijke betrokkenheid



Mijn maatschappelijke betrokkenheid heb ik tot nu toe voornamelijk in mijn werk uitgedrukt. Als zelfstandig ondernemer ben ik in de positie om selectief op te treden en keuzes te maken voor bepaalde zaken in de maatschappij die mij aangrijpen of deren. Ik leid een onderzoeksbureau met een missie: ik zet onderzoek op en voer onderzoek uit vanuit het perspectief van de groep waar het onderzoek voor bedoeld is: daklozen, meisjes, ouderen, patiënten. Ik breng vooral hun 'stem' in kaart en dat wat zij mij 'brengen' of 'geven' beschrijf ik op mijn eigen wijze tot een bepaalde compositie. Het boek 'Sterven op verzoek' is daarvan een goed voorbeeld. Mijn bureau heet dan ook: Bureau voor Sociale Vormgeving.

Een half jaar geleden heb ik besloten om na 11 jaar te stoppen met mijn bureau. De ommekeer heeft vooral de interviews met stervenden en ernstig zieken ten behoeve van mijn laatste boek teweeg gebracht. Ineens dacht ik: ik maak mooie onderzoeksrapporten, vanuit een bewogen standpunt, maar schieten de mensen waarvoor ik het doe daar nu werkelijk wat mee op? Doe ik mijn werk niet vooral ter meerdere eer en glorie van mezelf? Om te laten zien dat 'ik' beter ben dan mijn collega-onderzoekers, dat 'ik' een betere missie heb dan mijn collega's, dat 'ik' zo maatschappelijk betrokken ben? Ik moet concluderen dat in mijn werk mijn ego een belangrijke rol speelt.

Ik besloot vrijwilligerswerk te gaan doen in de mantelzorg, omdat ik de illusie heb daarin van meer betekenis te kunnen zijn voor anderen dan in mijn onderzoekswerk. Ik pas op oude mensen. Ik praat wat, drink een kopje thee, of maak hand-in-hand een klein ommetje. Ik vind het verrassend werk, waarin eigenlijk enorm veel gebeurt als je er oog voor hebt. Op de een of andere manier kan ik als 'ouden-van-dagen-babyzit' meer belangeloos aanwezig zijn. Mijn ego wordt minder 'gestrikt', omdat ik van zorg geen verstand heb. Ik kan beter kijken, zonder te oordelen.

Laatst werd mij opnieuw onderzoek aangeboden. Verwarrend vond ik dat, het doorkruiste mijn besluit. Toch heb ik het werk aangenomen. Mijn ego? Vooral vanuit de wens om wat geld te verdienen. Ik heb bemerkt dat ik er nu anders in sta: Juist door het besluit, kan ik proberen me ook in dat werk meer belangenloos op te stellen. Ik hoef niet meer zo nodig. Ik kan kijken naar wat de situatie die zich aandient nodig heeft. Een prachtige oefening om maatschappelijke betrokkenheid vanuit Zenperspectief in te vullen. Het heeft in één geval betekent dat de offerte die ik maakte niet doorging: de opdrachtgever wilde dat ik het belang van een bepaalde organisatie zou dienen en ik had 'alleen maar' gekeken naar de vraag: wat is hier nodig? Het geeft niet dat het niet doorging, doordat ik er belangelozer in functioneer, kan ik het makkelijker loslaten en vind ik het zelfs grappig. Het Zenperspectief brengt daarmee spel in mijn leven en dat is een nieuwe dimensie aan mijn soms wel erg serieuze maatschappelijke betrokkenheid.

Corrie Koppedraijer



In Memoriam

Leo Jihisi Notteboom

Leo overleed op zondag/maandagnacht 14/15 januari 2001. Onverwacht. Hij werd de dag er na, dinsdag in zijn huis dood op bed gevonden, Hij leek te zijn gestorven in zijn slaap. Zaterdag 20 januari hebben we afscheid van Leo genomen. Hij lag opgebaard in een kist door Leen, neef van Jules gemaakt, met zijn zenmonnikskleren aan, de rakusu op zijn borst. Er waren bloemen. Op de binnenkant van het deksel werden laatste woorden ten afscheid geschreven. Maandag 22 januari hebben we Leo gecremeerd. In stilte. Jules en Leo's zus spraken liefdevolle woorden. We luisterden naar muziek, als laatste het Sanctus uit Missa Luba. Hij was ook nog missionaris geweest. Dinsdag 23 januari hielden we in de zendo onze avondbijeenkomst ter gedachtenis aan Leo's leven en sterven. Hij was zestig jaar oud.

Meer dan tien jaar ken ik Leo. We hadden een gemeenschappelijk verleden. We hadden allebei een kloosterleven geleid, zij het dat Leo het veel langer

volgehouden heeft dan ik. Hij wilde wel naar de zendo komen om te 'zitten', maar zei hij: 'Ik laat me niets aanpraten, want ze hebben me, als het over religie gaat, meer dan genoeg op de mouw gespeld.' Hij bleef een kritisch luisteraar van de Dharmales. Scepsis was door hem tot deugd verheven. Maar ik weet dat mede dankzij zijn zenbeoefening hij momenten heeft gekend van inzicht, het ervaringsgewijs weet hebben van het wonder van bestaan.

Tien jaar lang zorgde hij er voor dat de zendo 'smorgens van acht tot negen uur open was voor zazen, elke dag, ook in de weekenden en de vakanties. Hij kende de waarde van continuiteit. Ook al kwam er soms slechts een enkeling, hij was er van overtuigd dat met de onafgebroken beoefening van zazen in de zendo we met elkaar een dunne lichtgevende draad weven, die ons leven van alledag in elk geval enigszins verhelderd. Hij stond ook borg voor de vrijdag-avond zazen. Met zijn voorbeeld schiep hij zo zijn eigen volgelingen.

Op 25 januari 1998 stelde Leo een bijzondere daad. Hij werd opnieuw monnik, dit keer in de zentraditie. Nadat hij de Benedictijner orde had verlaten, bleef hij op zoek naar 'iets' dat zijn leven bepaalde en dat hij met hart en ziel verlangde te kennen. Hij was van nature een monnik, gericht op een vertrouwde, contemplatieve omgang met het mysterie van leven en dood. Wellicht dat hij uiterlijk niet aan het bestaande beeld van de kloosterling beantwoordde, maar des te meer aan de monnik als archetype, een innerlijk beeld van 'de mens-uit-één stuk', de 'hele' mens dat diep gegrift staat in ons menselijk bewustzijn. De vrije, informele benadering van het monnikschap binnen de Kanzeon Sangha bood Leo de mogelijkheid om op onopvallende wijze voor de rest van zijn leven die 'inwendige' monnik te zijn. Van Genpo Roshi ontving hij de kleding en de bedelkom, symbolen van de 'unsui' het leven 'als water en wolken'. En zijn Boeddhistische naam: Jihisi, wat betekent 'Leeuw van contemplatie'.

Hij hield van het leven. Hij kon zich af en toe te buiten gaan en eens lekker flink te drinken. Hoewel hij ook zeer goed op zichzelf kon passen. Door zijn ernstige hartkwaal wist hij hoe kostbaar en kwetsbaar het leven is. Hij kon het vaak niet verkroppen dat sommigen, junks met name, hun leven vergooide. Hij kende de tegenstrijdigheden van bestaan: het verdriet en de vreugde van de eenzaamheid, de beoefening van het leven te aanvaarden zoals het

gaat en de frustratie van onvervulbare wensen. Hij was bovenal oprecht jegens zichzelf: hij erkende zijn eigen egocentrisme maar gunde tegelijkkertijd iedereen al het goede. Ook al was het niet altijd aan de buitenkant te zien, hij kon anderen hartstochtelijk liefhebben.

We zullen Leo missen: in de zendo gezeten op zijn kruk. Met zijn lengte stak hij hoog boven iedereen uit. Hij had het uitzonderlijke privilege te mogen bewegen, zich te krabben op zijn kop, te zuchten, de handen op de knieën. We zullen hem niet meer tegenkomen op straat, in de bus, hem niet meer ontmoeten in zijn huis, 'zijn hermitage vita et pax', zoals lange tijd zijn telefoonbeantwoorder zijn woning noemde. We zullen zijn gesprekken missen, zijn lange verhalen met vaak als terugkerend refrein 't is wat!'. Hij was zeer goed op de hoogte hoe het met iedereen ging.
Tien jaar lang liep hij soms meerdere keren per dag van zijn huis aan de Wittenbergerkade naar de zendo in de Krayenhoofstraat. Op het einde van onze afscheidsbijeenkomst hebben we dat loopje ter zijner ere met elkaar gedaan. We kunnen Leo onmogelijk vergeten.

Nico Sojun Tydeman.

one-eye-ku

orkaan van stemmen

het geluid van de wereld

trekt razend door mij

–haiku van jules geschreven

–op de deksel van Leo's kist

Lieve Leo, trouwe vriend

Pas nu je je lichaam, waar je zo zuinig op was, hebt verlaten voel ik hoe diep onze levens verweven waren en ervaar ik dat onze verbondenheid dwars door leven en dood heen reikt.
Ik ben je heel dankbaar voor het kostbare geschenk dat je mij (en ik denk velen) hebt gegeven. Je hebt me laten zien en ervaren met heel je leven en zijn, wat het is om onvoorwaardelijk te geven en te geven. Ik beloof je dat ik dit geschenk zal koesteren en zal doorgeven zoveel ik maar kan...
Leo, ik weet dat het je grootste angst was om vergeten te worden, maar maak je geen zorgen... Ik zal je nooit vergeten...

Jules.

Leo Notteboom

Na het overgaan van onze vriend Leo heb ik veel mensen hiervan in kennis gesteld. Regelmatig werd ik daarbij geraakt door de sterke betrokkenheid bij de persoon van Leo die sprak uit de reaktie van veel mensen. Het liet me telkens weer andere facetten zien van zijn rijk bewogen leven.
Dit bracht me op het idee dat meerdere mensen misschien de behoefte voelen uiting te geven aan hun gevloelens bij zijn overlijden; wat Leo voor hen persoonlijk betekend heeft. Een ieder die dat op prijs stelt wordt van harte hiertoe uitgenodigd. Bijdragen kunnen aan mij gestuurd worden, of in de kopij-doos van de Zensor in de Zendo gedaan worden. Ik wil deze bundelen en onder de mensen van de sangha verspreiden als een tastbare herinnering aan Leo.

Henk van der Geest,
Hoogte Kadijk 21-2, 1018 BE Amsterdam
telefoon 6235903

Haiku-hoek

In de kleine portretgalerij van beroemde haiku-dichters deze keer wel een heel byzonder persoon: Santoka Taneda, die leefde van 1882 tot 1940.

Hij kende veel tragiek in zijn leven. Zijn moeder pleegde zelfmoord toen hij nog een kind was. Zijn eigen huwelijk mislukte en een overmatig gebruik van sakewijn speelde hem vaak parten. Maar zijn onconventionele vrije-stijl haiku's hebben hem bijzonder populair gemaakt. Hij wordt wel vergeleken met de vroegere excentrieke zenmonnikken Ryokan en Ikkyu.
Na een zelfmoordpoging waarbij hij gered werd door een zenpriester kwam hij in een zenklooster terecht, wat een ommekeer betekende in zijn leven. Hij werd later ook zelf een zenpriester en leidde vervolgens een zeer sober leven als zwervende zenmonnik.
Zijn gedichten zijn van een uiterst pure eenvoud en direktheid en ontlenen daaraan hun grote zeggingskracht. Voor zover ik weet zijn er geen nederlandse vertalingen van zijn werk uitgegeven. Gezien de eenvoud van zijn gedichten veroorloof ik me ze in het Engels weer te geven zoals ze verschenen in een vertaling van John Stevens in zijn boek *Mountain Tasting, zen haiku by Santoka Taneda* (uitg. Weatherhill, New York & Tokyo, 1980).

Henk van der Geest

No path but this one -
I walk alone

The sunlight freely reflects off
my freshly shaven head

Now I stand here,
where the ocean's blueness
is without limit.

Aimlessly, buontly
drifting here and there,
tasting the pure water.

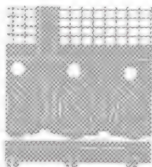
Winter rain
people have been so kind
my eyes fill with tears.

Paece for the heart:
life in the mountains.

Just as it is
It rains, I get wet, I walk.



Wachters van de poort



Zentraining vergroot niet zozeer mijn betrokkenheid met mijn omgeving, met wat we samenleving of maatschappij noemen, maar laat mij op momenten de immense betrokkenheid ervaren die ik er van nature mee heb.

Dat maakt de zentraining tot een onontkoombaar onderzoeksproces van mijn bestaan. In dat proces loop ik aan tegen beelden en voorstellingen die als filters mijn kijk hebben bepaald en dat deels nog doen. Dat brengt mijn oordeel op dingen voort, roept mijn angsten en zorgen op en mijn kijk op personen. Dat leren zien, begrijpen en laten voor wat het is, is wat Nico 'een duister pad' noemt, een weg waarvoor 'groot vertrouwen' nodig is. Ik merk dat mijn gewoontegetrouw handelen steeds meer gaat wringen, gaat botsen met 'iets' en dat dit 'iets' me (ook weer) angst inboezemt omdat het me naar en door onbekend terrein in mezelf leidt.

Bij de eerste tekenen ervan kan ik het wringen, of botsen, de weerstand uit de weg gaan en het later weer opnieuw tegen komen ofwel het tegemoet treden,

er als het ware in binnengaan. Dit principe vond ik terug in het verhaal van Kafka 'Voor de Wet' (genoemd in een tekst waarvan ik de auteur niet ken) waarin hij spreekt over *de wachters van de poort*.
Voor de Wet (lees: vrijheid, God, zen) waarnaar we allen streven, staat een wachter. De poort staat echter altijd open en het is aan het individu de wachter te passeren of om er zich door te laten afschrikken. De eerste wachter die de man in het verhaal van Kafka tegen komt, noemt zichzelf de 'geringste van alle wachters'. 'Zaal na zaal staan ze, de een machtiger dan de ander. De aanblik op zich van de derde kan ik al niet meer verdragen', zegt de eerste wachter tegen de man. De man deinst ervoor terug en besluit er ooit later eens doorheen te gaan. Hij neemt plaats naast de poort en wacht tot een ander naar binnen gaat. Jaar na jaar wacht hij, maar hij ziet nooit iemand anders. Vlak voor hij sterft, stelt de man zijn laatste vraag: 'Allen streven toch naar de Wet. Hoe komt het dat er in al die jaren niemand anders dan ik om de toegang heb gevraagd?' Waarop de wachter zegt: 'Hier kon niemand anders toegang krijgen, omdat deze ingang alleen voor jou 3bestemd is. Ik ga nu en sluit de poort.'
Zo krijgen verhalen die bij eerdere gelegenheden weinig betekenis voor me hadden, diepgang. De weg van zen ligt, zoals ik dat nu zie, niet daarin dat ik in de dagelijkse zenpraktijk iets leer, iets meeneem, maar juist dat ik iets achterlaat, hetzij een idee, hetzij een beeld of voorstelling die verbonden is met een bepaald gevoel of emotie die remmend werkt. Slaag ik daarin dan ervaar ik bijvoorbeeld de vrijheid om angst te hebben aan den lijve. De uitdaging die voor mij ligt volledig aanvaarden en niet in het vertrouwde terug te vallen, is mijn weg. En die van jou. Van ons allen. Op die weg zullen we de wachters tegenkomen, zaal na zaal. Steeds weer.

Ben Claessens

BOEDDHISTISCHE OMROEP STICHTING, DE 'BOS'

Vanaf 28 januari 2001 gaat de BOS de lucht in, met een bescheiden start. De BOS zendt eenmaal per veertien dagen uit op de televisie, op zondag van 14.00–15.00. Zaterdags om 13.00 uur is een herhaling van het programma. Ook is de BOS te beluisteren op de radio (voor de preciese tijden, raadpleeg een radio- en tvgids of neem contact op met Liesbeth van Houten (acte.de.silence@worldonline.nl).

Ochtendzazen



Vroeger liep ik vaak 's morgens vroeg om een uur of zes door het bos, op weg om koeien te melken.

Bij de boerderij aangekomen gaf ik een ram op een van de slaapkamer ramen en na een grommend 'jaaooh...' en 't is zes uur' liep ik de stal in. Schakelaar om, een peertje licht, een enkele loei, gesnuif, een stamp en gekreun. Rammelende kettingen: de 'dames' werden wakker. Ik nam plaats op de voederkist en wachtte tot iedereen kwam aan gestommeld. 'Moarge'... 'moarge' ... 'Kom op dame!', een kop die zich langzaam draait. Je pakt een touw om de koeienpoten vast te binden, je schept de stront weg, pakt een kruk en een emmer, zet die tussen je knieen, maakt de spenen schoon en dan komt het langzaam op gang: psst -psst, -psst-psst, -psst-psst, tot een gelijke tred met je ademhaling: in-uit, in-uit, in-uit.

Er zijn mensen bij de zendo die komen altijd op de dinsdagavond, juist op de vrijdagavond of vooral naar de ochtendzazen.

Het fascinerende aan dce ochtendzazen is dat het al jarenlang door de mensen die er gebruik van maken in gang gehouden wordt. Zeker meer dan een decennium, jaar in jaar uit, 7 dagen per week, in de vakantie en tijdens feestdagen.Iedere dag heeft zijn eigen jikido. Indien nodig wordt er geruild of ingevallen. de jikido's vormen de vaste kern. een kern die van tijd tot tijd qua personen wisselt.

In het begin, zo'n 10 jaar geleden dronken we na afloop meestal koffie. heftige gesprekken over 'de weg', over zazen. Felle confrontaties die nogal eens eindigden met 'nou jullie zijn een goede spiegel voor elkaar!' belevenissen op het kussen werden uitgewisseld, er werd geluisterd zonder oordeel. Inspirerend en relativerend. De koffie en de koekjes namen we zelf mee. Het is een stevig fundament gebleken voor de ochtendzazen. Zo werd op een van die ochtenden bedacht dat Nico eigenlijk ook een ochtend per week aanwezig moest zijn. Dat gebeurde en Nico was er lange tijd op de maandag-ochtendzazen. Mensen konden dan meteen 'op interview'. De maandag werd direct de drukste ochtend. Dat hield op een gegeven moment weer op, maar de ochtendzazen ging door. Leo, Juul en Henk zijn over uit die tijd en Raoul heb ik laatst ook weer gezien.

Langzamerhand is de ochtendzazen een uitgekristalliseerde vorm gewor-

den: 10 minuten van te voren de verwarming aan, precies om 8 uur beginnen, laatkomers helaas.... Een tweede mogelijkheid om half 9 tijdens de snelle kin hin, halverwege de verwarming uit en precies om 9 uur klinkt de laatste gong.
Een groet of hoe is het? En ieder gaat zijn of haar dag.

Gemiddeld zitten er 2 tot 7 mensen. Regelmatige bezoekers en incidentele. Opvallend is dat veel van hen voornamelijk of alleen maar naar de ochtendzazen komen. Zelf ben ik zo'n notoire ochtendzitter. Thuis zit ik zelden, daar ben ik te ongedisiplineerd voor. Ik vind het een goed begin van de dag en het is prettig naar een plek te kunnen gaan waar je naadloos in een stramien voegt zonder dat je daar veel voor hoeft te doen, anders dan er te zijn. Je zit zelf, maar mèt anderen. Een soort geestelijke douche, een overgang van de nacht naar de dag. In dit jaargetijde helemaal, tussen 8 en 9 wordt het langzaam licht.

Als je aan anderen vraagt waarom zij naar de ochtendzazen komen dan springt eén antwoord eruit: het is goed voor m'n structuur. Mensen maken afspraken met zichzelf: ik ga zoveel keer per week of per maand of wat dan ook. Dat is al een oefening op zich. Zaak is dat je een afspraak maakt die reÎel is, die bij jou past, zodat je kunt doen wat je je voorneemt om te doen.

Zoals ik eerder schreef vind ik het mooie van de ochtendzazen dat het door de ochtendzitters zelf gedaan gedaan wordt. Elke dag, al jarenlang. Het is daarom voor mij de meest zuivere vorm van zazen. De jikido's zorgen voor de continuÔteit. Maar die continuÔteit wordt gewaarborgd door Leo Notteboom. Leo is er al jarenlang elke dag, neemt waar als een jikido er een keer niet is, houdt de vinger aan de pols of alles gaat zoals afgesproken is. Laatst was hij een week ziek. Hij werd node gemist. Hoe zal het gaan als Leo er niet meer is? Marieke verwoordde dat als volgt: 'dat weet ik nog zo net niet, maar laten we daar voorlopig nog maar niet aan denken....' Het besef wat zijn plek is, wat zijn betekenis voor velen is. Door telkens weer te kijken naar wat er werkelijk is, gewoon door er ten volle te zijn met wat dan ook. Leo is het werkelijk fundament van de ochtendzazen.

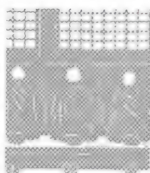
Wat moeten we nu zeggen.

Vroeger liep ik door het bos naar de boerderij. Nu rijd ik naar de Zendo. Om half negen bel ik aan. Ik wacht op de snelle kin hin, voeg in het lopen in. Zachtjes zoek ik een kussen. Een buiging, een buiging naar de anderen. Ik ga zitten, rek me uit en zit stil. Er is een lege plek.
Ik adem in en uit.

Liesbeth van Houten

Zazen en maatschappelijke betrokkenheid

een persoonlijke geschiedenis



In de gang van mijn ouderlijk huis hing een poster aan de muur: 'Stop de bombardementen op Vietnam!'. Ik herinner mij een demonstratie waar mijn vader riep: 'Johnson moordenaar!' Door het huis slingerden altijd tijdschriften over ontwikkelingssamenwerking, en over mensen in verre, vreemde landen. Op de voorruit hing de poster tegen kernenergie. Veel later waren er de kruisraketten, de angst voor de wapenwedloop en de grote demonstraties op het Museumplein en het Malieveld.
De grote buitenwereld was altijd zeer nabij. De diepe overtuiging dat daar wat aan gedaan moest worden, en dat engagement een permanente levenshouding was, heeft mijn wording sterk bepaald. Niets doen, was ook wat doen, was ook een positie innemen. Je kon dus niet anders dan geëngageerd zijn.

In mijn studententijd raakte ik betrokken bij het vredeswerk. Ik studeerde internationaal recht en ontwikkelingsstudies. Om later wat aan de wereld te gaan doen, dat sprak vanzelf.
De confrontatie met mijn opvoeding was moeilijk en hard. Wat was van mij? Waar hield de conditionering op? Wat wilde ik zèlf eigenlijk? Wilde ik de morele druk van mijn opvoeding mijn leven verder in meetorsen?

Therapie, zoeken, woelen, de weg kwijt. Loskomen van schuldgevoelens, eigen emoties echt leren kennen, de kleine wereld dichtbij leren zien. Zazen is voor mij nu belangrijk, richting gevend, om door te groeien in mijn nieuw gevonden levenshouding. Het onderscheid tussen de 'grote' daden en 'kleine' daden is aan het wegvallen. In mijn werk ben ik dan uiteindelijk wel bezig met de grote wereldproblemen (ontwikkelingssamenwerking), ik probeer alle handelingen naar de wereld om mij heen als oefening in betrokkenheid te zien. Het ene niet belangrijker dan het andere. Alle mensen die ik tegen kom, de aandacht voor alle handelingen, niet

alleen voor de 'grote wereld'. Niet dat die levenshouding mij steeds gegeven is! Maar de gedachte eraan is een plek om altijd naar terug te gaan.

Alle levende wezens bevrijden. Het verdriet dat dat nooit zal kunnen maakt mijn werk meer tot een permanente inzet, dan dat ik me richt op de resultaten, hoe belangrijk die natuurlijk ook zijn. Begin jaren 90 sprak ik Leibowitz (een groot Israelisch geleerde, enige jaren geleden gestorven). Zijn woorden zijn me altijd bijgebleven en inspireren mij nog steeds. Hij zei: 'De essentie van de menselijke houding die tot beschaving leidt is een onverzettelijke principieel ethische houding, ook al weet je dat mensen altijd tot conflict geneigd zullen zijn. Je hoeft niet zeker te zijn van de overwinning, om toch door te gaan. Je hoeft niet te hopen, om toch niet op te geven'. De woorden van Van Randwijk vind ik net zo inspirerend, we kunnen ze dagelijks lezen als we er voorbij fietsen: 'Een volk dat voor tirannen zwicht, zal meer dan lijf en goed verliezen, dan dooft het licht'.

Verlichting is voorbij goed en kwaad, zo horen wij van Nico. Kan 'de ware mens' voorbij gaan aan de 'menselijke' maten van goed en kwaad? Zijn de fundamentele ethische principes die in zovele religies terugkomen menselijke maten? Of overstijgen ze die?

Jeroen de Lange

THEMA'S
KOMENDE ZENSOR NUMMERS

■ Er zijn mensen die op de dinsdagavonden komen zitten, op de donderdagavonden, 's morgens of (en) op de vrijdagavond. In de praktijk blijkt dat er èchte en uitsluitend ochtendzitters zijn, uitsluitend dinsdag-, donderdag- of vrijdagavondzitters. Het lijkt ons interessant om in de komende nummers aandacht te besteden aan de verschillende zitpraktijken en te vernemen waarom de voorkeur uitgaat naar de ochtend of de een of andere avond; wat maakt het zo speciaal om op dat moment in de zendo te zitten?

■ Het voorjaarsnummer (2001) zal worden gewijd aan '*Zen en kunst*'. Waarbij niet alleen aan beeldende kunst, maar ook aan uitvoerende kunsten, als muziek, theater en fim wordt gedacht. Kunstenaars onder ons kunnen vertellen over hun praktijk als kunstenaar gerelateerd aan hun zenpraktijk en misschien is er wel zoiets als Zenkunst. Niet-kunstenaars kunnen bijvoorbeeld een film bespreken, een componist, een toneelstuk of iets dergelijks. Vragen daarbij zijn: Hoe kijk je naar of beoefen je kunst vanuit zenperspectief; zijn er expressies die je typisch Zen zou willen noemen en waarom.

Agenda –JANUARI T/M JULI–

Lezingen over zen door Nico Tydeman

■ Donderdag 18 januari en 15 maart, 20–22 uur. Kosten *f* 20,– per lezing.

Introductiecursus zenmeditatie

■ Donderdag 25 januari t/m 1 maart en 22 maart t/m 26 april, 18.30–20.00 uur. Kosten *f* 150,–.
Onder leiding van Meindert van de Heuvel.

Vervolg introductiecursus zenmeditatie

■ 25 januari t/m 26 april (niet op 8 en 15 maart), 20.15–22.00 uur. Kosten *f* 225,–.
Onder leiding van Meindert van de Heuvel.

Zen-weekends

■ 24/25 februari en 24/25 maart; zaterdag 15–21.00 uur en zondag, 10–17 uur.
Kosten: *f* 85,– voor het hele weekend, *f* 50,– per dag, inclusief maaltijden.
Opgave vooraf noodzakelijk.
Onder leiding van Nico Tydeman.

Zomer City-sesshin

■ 5 t/m 8 juli, 9.30–17.30 uur. Kosten hele sesshin: *f* 175,– (of *f* 50,– per dag).
Opgave vooraf noodzakelijk.
Onder leiding van Nico Tydeman.

Een geschiedenis van het zen-boeddhisme in China en Japan

■ Maandag 5 februari t/m 21 mei (niet op 5 maart, 16, 23 en 30 april), 20–22.00 uur.
Kosten *f* 225,–. Vooraf zazen.
Onder leiding van Maurice Knegtel.

▩ Ervaring met zenmeditatie vereist. Een geleidelijke en systematische invoering aan de hand van een geschiedenis van het zen-boeddhisme in China en Japan in de cultuur, de praktijk, het onderricht en de terminologie van zen. Hierbij wordt steeds de relatie gelegd met onze eigen tijd en cultuur en wordt gestreefd naar een eigen-tijdse uitdrukking van het zen onderricht. Voorafgaand aan elke bijeenkomst wordt zitmeditatie beoefend.

Zen en ethiek

■ Donderdag 25 januari t/m 5 april (niet op 8 maart), 10–12.30 uur. Kosten *f* 200,–.
Vooraf zazen. Voor shoken-studenten.
Onder leiding van Nico Tydeman.

▩ Ethiek is voor elke zenstudent belangrijk. Maar ethiek is in de zenbeoefening niet zozeer een zaak van regelgeving (geboden) van bovenaf. Ze is gebaseerd op een andere, non-dualistische wijze van denken over goed en kwaad. Om hier enig zicht op te krijgen bestuderen we eerst de zestien mahayana voornemens en vervolgens de formulering van deze voornemens die worden toegeschreven aan Bodhidharma.

▩ Daarna bespreken we de structuur van de zenweg: concentratie, realisatie en aktualisatie. Behandeld worden de zes paramita's en de bodhisattva geloften, deze laatste ook in de verwoor-ding van Sin'ichi Hisamatsu, stichter van de FAS-Society, een moderne leken-beweging in Japan.

▩ Tenslotte geven we aandacht aan een zwart hoofdstuk uit de geschiedenis van zen: zen ten tijde van de Tweede Wereldoorlog. We nemen in deze cursus de tijd om te discussiëren over eigentijdse ethische kwesties en vragen ons af in hoeverre zen ons hierin helderheid kan verschaffen.

Orde is chaos

■ Zondag 14 januari, 11 februari, 11 maart, 8 april en 13 mei, 11–14 uur.
Kosten *f* 30,–. Onder leiding van Peter Verbogt. Een experimenteel spelen met relaties, bewustzijn, lichaam en energie.

Voorts op elke ochtend, van 8 tot 9 uur, op de dinsdagavond van 20–22.00 uur (onder leiding van Nico Tydeman) en op de vrijdagavond van 20–21.30 uur (zonder begeleiding) zazen.

Bezoek ook de zendo op internet:
www.zenamsterdam.nl.

Mededelingen

Een nieuwe penningmeester

In december van het afgelopen jaar is het penningmeesterschap overgegaan van Adriaan Bakker naar Willem de Vos. Het bestuur wil op deze plek Adriaan hartelijk bedanken voor zijn zorg, inzet en enthousiasme die hij in de jaren waarin hij de functie van penningmeester bekleedde aan de dag legde. Willem de Vos zal voor de regelmatige bezoeker van de dinsdagavond geen onbekende zijn. Hij is al jaren op aangename wijze aanwezig in de zendo, ook in verschillende werkgroepen, zoals de zendowerkgroep en de schoonmaakgroep. Het bestuur heeft het volle vertrouwen in Willems kwaliteiten en hoopt dat hij met plezier het penningmeesterschap mag vervullen.

Tot slot een korte rectificatie van het stukje over de werkgroepen van het Zencentrum dat in de vorige Zensor stond afgedrukt. Onder public relations is tot onze grote spijt de naam van Laura Advokaat weggelaten. Zij is degene die zorg draagt voor alle advertenties in kranten en tijdschriften. Haar naam zij bij deze genoemd.

Namens het bestuur van het Zencentrum Amsterdam,
Maurice Knegtel, secretaris.

Zensor... is het mededelingenblad van het Kanzeon Zencentrum Amsterdam en een open forum voor alle leden van de Sangha.

Redaktie
Leo de Wolf
Corrie Koppedraijer
Henk van der Geest
Margot Kenter
Liesbeth van Houten

Opmaak
Marjan Gerritse

Redaktie-adres
Rapenburgerplein 5
1011 VA Amsterdam
t 020 624 83 12
f 020 421 38 85
e kopa@xs4all.nl

Kopij
Zo mogelijk op disquette inleveren bij één van de redaktieleden of in de kopij-doos in de Zendo. Het kan ook worden gestuurd naar het redaktie- of e-mail adres

Voorkant omslag: *Yume (droom)*, doodskalligrafie van Zenmeester Itsugai Kajiura